

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik responden berdasarkan umur dengan mayoritas umur 15 tahun sebanyak 60 orang (68,2%), jenis kelamin perempuan sebanyak 55 orang (62,5%), laki-laki sebanyak 33 orang (37,5%)
2. Tingkat penggunaan *smartphone* dengan kategori positif adiksi sebanyak 50 orang (56,8%), sedangkan kategori negatif adiksi sebanyak 38 orang (43,2%)
3. Tekanan darah pada hipertensi sebanyak 57 orang (64,8%), sedangkan pre hipertensi sebanyak 31 orang (35,2%)
4. Tingkat penggunaan *Smartphone* terhadap kejadian hipertensi pada anak di SMP PGRI 5 Denpasar menunjukkan adanya nilai dari *p-value* sebesar 0,000 atau lebih kecil dari nilai *alpha* (0,05), maka dapat dikatakan bahwa ada hubungan tingkat penggunaan *Smartphone* terhadap kejadian hipertensi pada anak SMP PGRI 5 Denpasar. Kemudian di dapatkan nilai koefisien sebesar 0,556 yang artinya tingkat kekuatan korelasi/hubungannya adalah cukup kuat, dengan arah hubungan positif.

B. Saran

1. Bagi Sekolah

Penelitian berharap dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan oleh Kepala Sekolah di SMP PGRI 5 Denpasar untuk lebih memperhatikan tentang dampak penggunaan *Smartphone* pada siswa ,dengan upaya untuk mengendalikan kejadian hipertensi seperti mengadakan program edukasi yang menyampaikan dampak negatif

penggunaan *Smartphone* yang berlebihan pada kesehatan anak ,termasuk risiko kejadian hipertensi , dan menginformasikan kepada siswa mengenai pentingnya penggunaan *Smartphone* yang sehat dan seimbang.

2. Bagi Orang Tua Siswa

Peneliti berharap orang tua dapat mengawasi dan mengontrol waktu yang di habiskan anak-anak mereka untuk menggunakan *smartphone*. Batasi waktu penggunaan *Smartphone* dan dorong anak untuk melakukan kegiatan yang lebih positif dan sehat , seperti bermain di luar ruangan atau membaca buku.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambahkan item pertanyaan yang dapat memberikan gambaran terkait rata-rata durasi penggunaan *Smartphone* perharinya disertai dengan keadaan *gadget* pada saat tidak digunakan (dibisukan, berada di samping, dan sebagainya) agar lebih dapat memberikan gambaran tingkat adiksi penggunaan *Smartphone/gadget*.